

熱中症に気をつけよう！

熱中症は夏場にだけ起こるのではなく、5月頃より多くの発生が見られており、身体が暑さに慣れていない時や温度がそれほど高くなくても、湿度が高い場合には注意が必要です。厚生労働省は職場における熱中症予防対策を徹底するため、労働災害防止団体などと連携し、5月から9月まで「STOP! 熱中症 クールワークキャンペーン」を実施しています。今月は熱中症の基礎知識についてお伝えしますが、夏の暑くなってからではなく、今の時期から熱中症対策に備えましょう。

熱中症はどのようにして起こるの？

熱中症を引き起こす条件は、「環境」「からだ」「行動」によるものが考えられます。

「環境」の要因は、気温が高い、湿度が高い、風が弱いなどがあります。

「からだ」の要因は、高齢者や乳幼児、肥満、二日酔いや寝不足といった体調不良、脱水状態などがあります。

「行動」の要因は、激しい労働や運動によって体内に著しい熱が生じたり、暑い環境に体が十分に対応できないことなどがあります。

人間の身体は、平常時は体温が上がっても汗や皮膚温度が上昇することで体温が外へ逃げる仕組みとなっており、体温調節が自然と行われます。しかし、これら3つの要因により、体温の上昇と調整機能のバランスが崩れ、身体に熱が溜まってしまいます。このような状態が熱中症です。



熱中症が疑われた時はどのように対処すればよいの？

熱中症は、少しくらするとか、気分が悪いといった軽い症状から、激しい頭痛、重篤になると意識がなくなったり、けいれん、体温上昇が見られ、死亡する場合があります。わずかな体の変化に気づき、いつもと違う状態の時には、熱中症を疑ってください。

熱中症が疑われた時は、まずは意識があるかを確認することが大切です。軽症のような症状であっても意識がしっかりしておらず、おかしいと思う場合は直ちに救急隊を要請し、病院への搬送が必要です。

そして、涼しいところに避難し、衣服を緩め、体を冷やしてください。特に太い血管のあるところを集中的に冷やすことが大切で、首、わきの下、太ももの付け根を冷やします。

意識のある時は、水分と塩分を補ってください。汗をかくと水分のみならず、一緒にミネラルも体内から失われていくため、塩分の補給が必要です。自分で水分摂取ができなかったり、意識のない時は、誤飲の可能性があるため、水分は与えないでください。

SARAYAウェブページ
『熱中症対策のススメ2023』

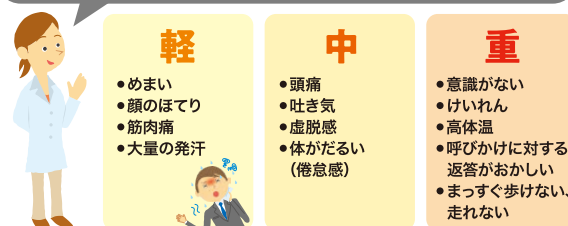
<https://pro.saraya.com/necchusho/>

サラヤ 熱中症対策

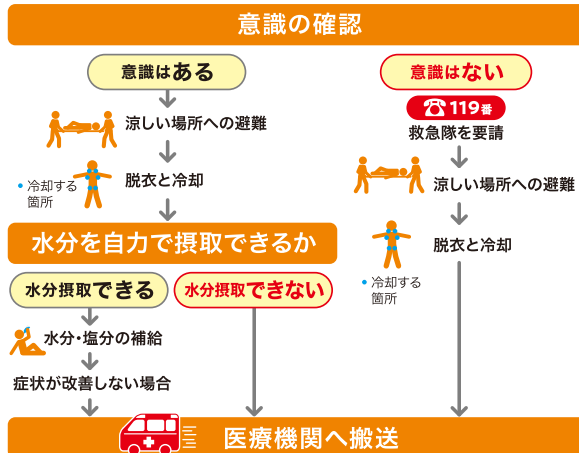
検索



こんな症状があれば熱中症を疑いましょう!!



↓ 上記のような症状がある



2023年4月に発表された主な食中毒情報

発表日	発生場所	患者数	原因食品	病因物質	原因施設	行政処分
4/2	岡山県	27人	調査中	ノロウイルス	飲食店営業	3日間営業停止
4/3	山口県	28人	弁当	ノロウイルス	飲食店営業	4日間営業停止
4/3	福島県	27人	3月17日以降に提供した加熱不十分な鶏肉を含む食事	カンピロバクター	飲食店営業	3日間営業停止
4/4	兵庫県	5人	3月26日に提供した食事	カンピロバクター	飲食店営業	3日間営業停止
4/4	京都府	5人	3月19日に提供した食事	カンピロバクター	飲食店営業	3日間営業停止
4/4	大分県	2人	提供した食事	カンピロバクター	飲食店営業	2日間営業停止
4/5	沖縄県	2人	3月4日に提供した食事	カンピロバクター	飲食店営業	2日間営業停止
4/5	滋賀県	45人	3月31日に提供した食事	ノロウイルス	飲食店営業、菓子製造業 食品の冷凍又は冷蔵業 そうざい製造業	2日間営業停止
4/5	宮城県	1人	海鮮丼(キンメダイ、ソイ等)	アニサキス	飲食店営業	1日間営業の一部停止
4/7	福井県	1人	4月3日に提供した食事	アニサキス	飲食店営業	1日間営業停止
4/8	山梨県	1人	さばと新ジャガのサラダ仕立て	アニサキス	飲食店営業	1日間営業停止
4/8	宮城県	1人	刺身(ヒラメ、アジ)	アニサキス	魚介類販売業(量販店)	1日間営業の一部停止
4/10	東京都	1人	シメサバ	アニサキス	飲食店営業	1日間営業の一部停止
4/10	東京都	6人	3月18日に提供した食事	ノロウイルス	飲食店営業	4日間営業停止
4/10	東京都	1人	魚介類刺身	アニサキス	飲食店営業	1日間営業の一部停止
4/10	宮城県	1人	魚介サラダ(スズキ、ヒラメ等)	アニサキス	飲食店営業	1日間営業の一部停止
4/11	長崎県	3人	3月25日に提供した食事	カンピロバクター	飲食店営業	2日間営業停止
4/11	東京都	1人	真いわしお造り	アニサキス	魚介類販売業(量販店)	1日間営業停止
4/11	愛媛県	1人	不明	アニサキス	不明	—
4/13	東京都	3人	3月23日に提供した食事	カンピロバクター	飲食店営業	7日間営業停止
4/13	福井県	4人	4月9・10日に提供した食事	ノロウイルス	飲食店営業	3日間営業停止
4/13	北海道	12人	4月4日に提供した食事	ノロウイルス	飲食店営業	3日間営業停止
4/14	宮城県	1人	刺身(マグロ、ヤリイカ、炙りシメサバ等)	アニサキス	飲食店営業	1日間営業の一部停止
4/14	熊本県	11人	4月8・9日に提供した食事	ノロウイルス	飲食店営業	2日間営業停止
4/19	岐阜県	60人	調査中	ノロウイルス	飲食店営業	営業禁止
4/20	東京都	2人	提供した食事(焼肉を含む)	カンピロバクター	飲食店営業	4日間営業停止
4/21	福島県	18人	4月21・22日に提供した加熱不十分な食肉を含む食事	カンピロバクター	飲食店営業	3日間営業停止
4/21	岡山県	4人	ヒラメの肝和え	クドア・セプテンブクタータ	飲食店営業	営業停止処分なし
4/21	鳥取県	3人	焼肉(ラム肉、牛ホルモン、牛レバーなど)	カンピロバクター	地区集会場	—
4/25	宮城県	1人	寿司(イワシ、ヒラメ、マグロ、タイ及びブリ)、刺身(カツオ)	アニサキス	飲食店営業	1日間営業の一部停止
4/26	東京都	55人	4月15日に提供した弁当・食事	ウェルシュ菌	飲食店営業(病院)	3日間営業停止
4/27	宮崎県	41人	4月20・21日に提供した食事	ノロウイルス	飲食店営業	2日間営業停止
4/27	群馬県	1人	4月24日に提供した食事	アニサキス	飲食店営業	1日間営業停止
4/27	愛知県	13人	弁当	ノロウイルス	飲食店営業	営業禁止
4/28	福井県	1人	刺身(いか、あじ、はまち、かわはぎ)	アニサキス	魚介類販売業(量販店)	1日間営業停止
4/28	奈良県	5人	4月22日に提供した食事	ノロウイルス	飲食店営業	3日間営業停止

●この食中毒情報は、新聞やインターネット等の情報を基に作成しています。なお、今後患者数や病因物質等が変わる場合があります。 ●(—)表記は情報なし。

2023年4月に公表された主な行政情報

新型コロナウイルス
感染症対策本部

・2023年4月27日

新型コロナウイルス感染症対策の基本的対処方針の廃止について(令和5年4月27日対策本部決定)
https://corona.go.jp/expert-meeting/pdf/kihon_r_050427.pdf

内閣官房・厚生労働省
農林水産省

・2023年4月27日

事務連絡 飲食店における第三者認証制度の廃止に当たっての留意事項について
https://corona.go.jp/package/assets/pdf/jimu_inshokuten_daisanshaninshou_20230427.pdf

内閣官房

・2023年4月27日

事務連絡 基本的対処方針に基づくイベントの開催制限、施設の使用制限、業種別ガイドライン等の取組の廃止に当たっての留意事項について
https://corona.go.jp/package/assets/pdf/jimurenaku_seigen_20230427.pdf
「新型コロナウイルス等対策特別措置法及び内閣法の一部を改正する法律」の公布について(通知)
https://corona.go.jp/news/pdf/tokuso_kaisei_kofutsuchi_20230428.pdf

厚生労働省

・2023年4月5日

薬生食監発0405第3号 有毒植物による食中毒防止の徹底について
<https://www.mhlw.go.jp/content/001084345.pdf>

・2023年4月14日

事務連絡 新型コロナウイルス感染症の感染症法上の位置付け変更後の療養期間の考え方等について(令和5年5月8日以降の取扱いに関する事前の情報提供)
<https://www.mhlw.go.jp/content/001087473.pdf>
(別紙) 感染症法上の位置付け変更後の療養に関するQ&A
<https://www.mhlw.go.jp/content/001087453.pdf>

・2023年4月27日

厚生労働大臣公表文書「新型コロナウイルス感染症(COVID-19)に係る新型コロナウイルス感染症から5類感染症への移行について」
<https://www.mhlw.go.jp/content/001091810.pdf>
参考資料「新型コロナウイルス感染症(COVID-19)の感染症法上の位置づけの変更について」
<https://www.mhlw.go.jp/content/001091819.pdf>

消費者庁

・2023年4月14日

令和4年度食品衛生法等の表示に係る年末一斉取締り結果について
年末一斉取締り結果について
https://www.caa.go.jp/policies/policy/food_labeling/information/assets/representation_cms206_230414_01.pdf
令和4年度夏期・年末(総括)一斉取締り結果
https://www.caa.go.jp/policies/policy/food_labeling/information/assets/representation_cms206_230414_02.pdf